オーブン 手動調理例

オーブン調理

ブラウニー（チョコ菓子）

材料（18cm×18cmのアルミ製型1個分）

Ⓐ
- 小麦粉（薄力粉）……60g
- ココア（パウダータイプ）……大さじ1½（約9g）
- ベーキングパウダー……小さじ⅓

砂糖……60g
バター（室温にもどしておく）……60g
卵……1½個
ブラックチョコレート（粗くきざむ）……60g

Ⓑ
- レーズン（粗くきざむ）……40g
- くるみ（粗くきざむ）……40g

アルミホイル、オーブンシート……各適量

作りかた

①アルミホイルを2枚重ねにして18cm×18cmの正方形の型を作り、底面にオーブンシートを敷く。
②チョコレートは鍋に入れ「弱火」にしてとかす。
③ボウルにバターを入れクリーム状になるまでハンドミキサーで練り、砂糖を加えてよく混ぜる。
④卵を加えて混ぜ、②を加えてさらによく混ぜる。
⑤Ⓑを加えて混ぜ、Ⓐを合わせ、ふるい入れてよく混ぜる。
⑥①の型に流し入れ、表面を平らにする。
⑦焼網に⑥をのせ、［オーブン］［160℃］で約12分焼き、型の前後を入れかえて、さらに6～10分焼く。

オーブン調理

フライ温め

作りかた

①冷めた揚げもの（100～300g）を焼網に並べ、［オーブン］［180℃］で10～13分様子を見ながらあたためる。

オーブン調理

焼きプリン

材料（直径7.5cm×高さ4cmのスフレ型6個分）

Ⓐ
- 牛乳……カップ1
- 砂糖……80g

卵（ときほぐす）……2個
バニラエッセンス……少々
<カラメルソース>

Ⓑ
- 砂糖……60g
- 水……大さじ2

水……大さじ1

作りかた

①カラメルソースを作る。
鍋にⒷの水と砂糖を入れ、「中火」～「弱火」にしてあめ色になるまで煮詰めたら火を止め、水を加えて手早く混ぜる。
②鍋にⒶを入れ「弱火」で人肌くらいにあたため、かき混ぜて砂糖をとかし、卵を加えて裏ごししてからバニラエッセンスを加える。
③薄くバターを塗った型に分け入れ、焼網に並べ、［オーブン］［140℃］で25～30分様子を見ながら加熱し、荒熱がとれたら冷蔵室で冷やす。

④上に①のカラメルソースをかける。

オーブン調理

野菜のグラタン

材料（直径22cmの耐熱性焼き皿1皿分）

かぼちゃ（ひと口大に切る）……¼個（約200g）
カリフラワー（小房に分ける）……小1株（約250g）
玉ねぎ（薄切り）……¼個（約50g）
ベーコン（1cm巾に切る）……2枚分
<ホワイトソース>

Ⓐ
- 牛乳……カップ1
- 小麦粉（薄力粉）……大さじ2（約18g）
- バター……大さじ2（約24g）

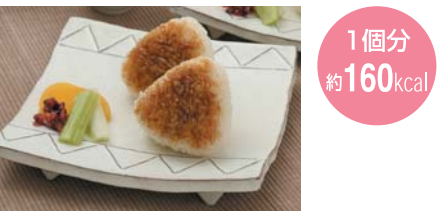
塩、こしょう……各少々
ナチュラルチーズ……50g
アルミホイル……適量

作りかた

①ホワイトソースを作る。
鍋にⒶを入れて泡立て器でダマがない程度にさっと混ぜる。
②「中火」にして混ぜながら煮て、沸とうしたら「中火」～「弱火」にして4～5分時々混ぜながらとろみがつくまで煮て、軽く塩、こしょうをする。
③鍋に水を入れ「強火」～「ハイパワー」でお湯をわかし、塩と酢を入れてカリフラワーをゆでる。
④鍋に水を入れ「強火」～「ハイパワー」でお湯をわかし、かぼちゃをゆでる。
⑤②のホワイトソースの1/3量を焼き皿に広げ、③、④をのせ、玉ねぎとベーコンを散らし、軽く塩、こしょうをする。
⑥残りのホワイトソースを全体にかけ、チーズを散らす。
⑦焼き皿の底にアルミホイルを密着させてから焼網にのせて、［オーブン］［220℃］で24～28分焼く。

オーブン調理

焼きおにぎり

材料

おにぎり（1個・約80g）……4～6個

Ⓐ
- しょうゆ……大さじ2
- みりん……大さじ1½
- 酒……大さじ½

サラダ油……少々

作りかた

①焼網に薄くサラダ油をぬってからおにぎりを並べ、［オーブン］［240℃］で14～16分白焼きにする。
②おにぎりの両面にⒶのタレをぬり、焼網に並べ、［オーブン］［240℃］で6～10分様子を見ながら焼く。

オーブン調理

アップルパイ

1枚分
約1900kcal

材料（直径23.5cmのパイ皿1枚分）

市販の冷凍パイ生地（1枚100gのもの）……3枚
りんごのプリザーブ……300～350g
<つや出し用卵>
卵……½個
塩……小さじ¼
アルミホイル……適量

作りかた

①冷凍パイ生地は室温にもどしておく。
②1枚を26×26cmの正方形にのばし、その上にパイ皿をふせて型よりひとまわり大きく切る。
③パイ皿の上にたるませるようにして広げてのせ、ピッタリと敷いて、まわりの生地は型の縁にそって切り落とす。
④底全体にフォークで穴をあけてから、汁気をきったりんごのプリザーブをのせる。
⑤残りのパイ生地2枚を重ねて20×25cmくらいにのばし、縦11等分してひも状の生地を作る。
⑥8本のひもを④の上に格子状にのせ、縁につや出し用卵をぬり、残りの3本をまわりにのせ、フォークの背で筋をつける。

⑦表面全体につや出し用卵をぬる。
⑧パイ皿の底にアルミホイルを密着させてから焼網にのせ、［オーブン］［210℃］で約26分焼く。

―りんごのプリザーブ―

りんご3～4個（正味300～400g）は、6～8つ割りにし、芯と皮を取って鍋に入れ、砂糖（100～120g）をまぶし、「弱火」にして、りんごが透き通ってきたら「中火」にして水分をとばし、レモン汁（大さじ1）を入れ、汁気がなくなるまで煮詰め、最後にざるにあげて汁気をきり、シナモン（小さじ1/4）を加える。

オーブン調理

パエリア

材料（2人分）

米……カップ1

Ⓐ
- サフラン……ひとつまみ
- 水……カップ¼

ムール貝……2～4個
あさり（殻つき）……120g
えび（有頭）……2～4尾
いか……½ぱい
ブラックオリーブ……4個

Ⓑ
- 玉ねぎ（みじん切り）……¼個
- にんにく（みじん切り）……小1片

Ⓒ
- パプリカ（赤・黄、各1cm角に切る）……各½個
- トマト（湯むきし、種を取って1cmのザク切り）……½個

白ワイン……カップ¼
スープ（固形スープ1/2個をとく）……カップ1
塩、こしょう……各少々
レモン……½個
オリーブ油……大さじ2
アルミホイル……適量

作りかた

①米は30分くらい前に洗い、平らなざるなどに広げ、水気をきっておく。
②Ⓐのサフランは水に約10分くらい浸し、色と香りを出しておく。
③ムール貝とあさりは塩水につけて砂出しをしてから、殻と殻をこすり合わせてよく洗う。
④えびは背わたを取る。いかは内臓を抜いてから皮をむき、1cmの輪切りにし、足は食べやすい長さに切る。
⑤パエリア鍋にオリーブ油を「中火」～「強火」で熱し、Ⓑを炒め、③、④を加えてサッと炒めて塩、こしょうをし、白ワインをふる。
⑥⑤にアルミホイルでふたをして「弱火」にして2分ほど蒸らし、貝の口が開いたら、魚介だけ取り出す。
⑦⑥にⒸを加え、「中火」で炒め、①の米を加えてすき通るまで炒め、②とスープを加え、⑥の取り出した魚介を盛り、オリーブを散らしアルミホイルでふたをする。
⑧パエリア鍋の底にアルミホイルを密着させてから焼網にのせ、［オーブン］［260℃］で約30分蒸し煮にして火を止め、5～10分蒸らす。

オーブン 手動調理例（つづき）

オーブン調理

鮭のホイル焼き

材料（2個分）

- 生鮭（1切れ80～90gのもの）……2切れ
- 大正えび……2尾
- 生しいたけ……2枚
- 玉ねぎ（薄切り）……1/4個
- レモン（薄切り）……2枚
- バター……大さじ 1
- 塩、こしょう、レモン汁……各少々
- アルミホイル……適量

作りかた

①生鮭は軽く塩、こしょうをし、レモン汁をふりかけてしばらくおく。
②大正えびは尾と一節を残して殻をむき、背わたを取る。
③25cm×25cmの大きさに切ったアルミホイル2枚にバター（分量外）をぬる。
④③に玉ねぎを等分にのせ、①・②と生しいたけをそれぞれのせ、塩、こしょうをしてレモン汁をふり、上にレモンをのせバターを散らしてアルミホイルの口を閉じる。
⑤焼網の上にのせ
［オーブン］［280℃］で約23～27分焼く。

1個分 約250kcal

オーブン調理

焼きりんご

材料（りんご2個分）
（直径22cmの耐熱性焼き皿）

- りんご（紅玉、ふじなど）……2個
- バター……10g
- グラニュー糖……10g
- シナモンシュガー……適量
- ミント……お好みで

作りかた

①りんごはよく洗って横半分に切り、芯を抜く。
②芯を抜いたところに、バターとグラニュー糖をそれぞれ2.5g（10gの1/4）ずつ入れる。
③りんごが重ならないように、焼き皿に並べる。（写真参照）
④オーブンの焼網の中央にのせ、［オーブン］［180℃］で約30分焼き上げる。
⑤焼き上がったら、お好みで、シナモンシュガーをふりかけ、ミントを飾る。

☆焼き色は、りんごの種類や大きさなどによって変わります。お好みに合わせて、追加焼きなどで調節してください。
☆りんごに含まれるペクチンなどの食物繊維が加熱により小さい分子となるため、吸収率が高まります。
☆皮には強い高酸化作用があり老化を防止してくれるりんごポリフェノールが果肉の4倍も含みます。

1人分 約83kcal

魚焼き調理

さんまのみりん干し

1人分 約90kcal

材料

- さんまのみりん干し（生干し）……2枚
- 大根おろし……適量

作りかた

①仕上がり「強」で6～10分焼く。

魚焼き調理

いかのみそ漬け焼き

1枚分 約150kcal

材料

- いかのみそ漬け……1枚

作りかた

①仕上がり「強」で14～16分焼く。

魚焼き調理

ひものいろいろ

1枚分 約120kcal

☆尾は、加熱中に反ってヒーターに付き、煙の出る原因になるので、あらかじめ切り取ってから焼くとよいでしょう。

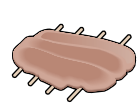
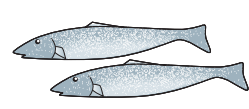
材料

- ひもの（100～120gのもの）……2～4枚

作りかた

①焼網にひものをのせ、仕上がり「強」で8～14分焼く。

こんな魚のときは

厚みのある魚は	加熱すると反るものは	川魚は
厚さは4cm以下にしてください。	いかなどは切り目を入れ、大きなものは切り分けます。あなごなどは竹串を通します。	塩を多めにふると焼きあがりがきれいになります。

保証とアフターサービス　必ずお読みください

■保証書（別添）

保証書は、必ず「お買い上げ日・販売店名」などの記入をお確かめのうえ、販売店から受け取っていただき、内容をよくお読みのあと、大切に保存してください。

●保証期間はお買い上げ日から1年です。
※ただし、消耗部品は保証期間内でも有料とさせていただきます。

■補修用性能部品の保有期間

当社はこの［IH］クッキングヒーターの補修用性能部品を、製造打ち切り後6年保有しています。

●補修用性能部品とは、その商品の機能を維持するために必要な部品です。

■ご不明な点や修理に関するご相談は

修理に関するご相談並びにご不明な点は、お買い上げの販売店または「ご相談窓口」にお問い合わせください。

■修理料金の仕組み

修理料金＝技術料＋部品代＋出張料

技術料	診断、部品交換、調整、修理完了時の点検などの作業にかかる費用です。技術者の人件費、技術教育費、測定機器などの設備費、一般管理費などが含まれます。
部品代	修理に使用した部品代金です。その他修理に付帯する部材等を含む場合もあります。
出張料	製品のある場所へ技術者を派遣する場合の費用です。別途駐車料金をいただく場合があります。

■修理を依頼されるときは　出張修理

「故障かなと思ったら」（→P.42～49）に従って調べていただき、なお異常のあるときはご使用を中止し、専用ブレーカーを切り、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

●保証期間中は
修理に際しましては保証書をご提示ください。
保証書の規定に従って、販売店が修理させていただきます。

【ご連絡していただきたい内容】

品　名	日立［IH］クッキングヒーター
型　式	
お買い上げ日	年　月　日
故障の状況	できるだけ具体的に
ご住所	付近の目印等も併せてお知らせください
お名前	
電話番号	
訪問ご希望日	

●保証期間が過ぎているときは
修理すれば使用できる場合は、ご希望により修理させていただきます。

■ご転居されるときは

ご転居によりお買い上げの販売店のアフターサービスが受けられない場合は、前もって販売店にご相談ください。

「ご相談窓口」

（家庭電気製品の表示に関する公正競争規約による表示）

日立家電品についてのご相談や修理はお買上げの販売店へ

なお、転居されたり、贈物でいただいたものの修理などで、ご不明な点は下記窓口にご相談ください。

修理などアフターサービスに関するご相談は エコーセンターへ	商品情報やお取り扱いについてのご相談は お客様相談センターへ
TEL　0120－3121－68 FAX　0120－3121－87 （受付時間）9:00～19:00（365日） 携帯電話、PHSからもご利用できます。	TEL　0120－3121－11 FAX　0120－3121－34 （受付時間）9:00～17:30（月～土）、9:00～17:00（日・祝日） 年末年始は休ませていただきます。 携帯電話、PHSからもご利用できます。

- 「持込修理」および「部品購入」については、上記サービス窓口にて各地区のサービスセンターをご紹介させていただきます。
- お客様が弊社にお電話いただいた場合には、正確にご回答するために、通話内容を記録（録音など）させていただくことがあります。
- ご相談、ご依頼いただいた内容によっては弊社のグループ会社に個人情報を提供し対応させていただくことがあります。
- 修理をご依頼いただいたお客様へ、アフターサービスに関するアンケートハガキを送付させていただくことがあります。

仕　様

型　式		HT−C8WFS／HT−C8WS	HT−C8FS／HT−C8S／HT−C8
電　源		単相200V（50−60Hz共用）	
消費電力		5.8kW･4.8kWと切り替え式	
	右IHヒーター	3.0kW（100W相当〜3.0kW　12段階火力調節）※	
	左IHヒーター	3.0kW（100W相当〜3.0kW　12段階火力調節）※	
	中央ヒーター（クイックラジエントヒーター）	1.2kW（300W相当〜1.2kW　3段階火力調節）	
	オーブン	自動調理1.2kW（魚焼き手動調理：600W相当、930W相当、1.2kWの3段階火力調節）	
	触媒用加熱ヒーター	300W	
	待機時消費電力	0.05W以下（電源「切」の状態）	
コードの長さ		3.5mm²　3芯　キャブタイヤケーブル　0.7m	
差込プラグ		250V−30A（接地極つき）	
大きさ	本体	幅749　奥行559　高さ231.5〔mm〕	幅599　奥行559　高さ231.5〔mm〕
	オーブン	幅280　奥行360　高さ124〔mm〕	
質量（重さ）		約23.0kg	約21.5kg

●HT−C8WFS／HT−C8FSはレンジフードファン連動システム付です。
※消費電力は、鉄ホーロー鍋を使った場合です。

【総消費電力の切り替えについて】

本製品は、工場出荷時総消費電力を5.8kWに設定してありますが、 4.8kWに切り替えることもできます。アンペアブレーカーの容量不足の場合などで、ご使用上不便があるときに選べます。詳細は、お買い上げの販売店へお問い合わせください。

愛情点検

★長年ご使用の IH クッキングヒーターの点検を!

●IH クッキングヒーターの補修用性能部品の保有期間は、製造打ち切り後6年です。

ご使用の際このようなことはありませんか。	●スイッチを入れてもヒーターが作動しないときがある。 ●焦げくさいにおいがしたり、運転中に異常な音がする。 ●ビリビリと電気を感じる。 ●その他の異常や故障がある。	▶	お願い	故障や事故防止のため、専用ブレーカーを切り、お買い上げの販売店にご連絡ください。点検・修理についての費用など詳しいことは、販売店にご相談ください。

日立アプライアンス株式会社

〒105−8410　東京都港区西新橋 2−15−12　電話 (03)3502−2111

2−H7393−2A

B9（HP）